

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Memasuki masa pubertas, seorang remaja putri akan mengalami siklus menstruasi setiap bulannya (Deligeoroglou, 2010). Pada saat menstruasi, dismenore atau nyeri menstruasi dengan berbagai tingkatan adalah salah satu masalah yang sering dikeluhkan (Singh et al., 2008).

Calis et al. (2008) menyebutkan, prevalensi dismenore di dunia bervariasi antara 15,8% hingga 89,5%, dengan 90% kejadian dismenore terjadi pada remaja. Dismenore yang sering terjadi pada remaja putri adalah dismenore primer (Simanjuntak, 2008). Puncak insiden dismenore terjadi pada akhir masa remaja (*adolescence*) dan di awal usia 20-an. Studi epidemiologi pada populasi remaja di Amerika Serikat menunjukkan prevalensi dismenore mencapai 59,7% dan merupakan penyebab utama dari absensi dan berkurangnya produktivitas remaja wanita (Calis et al., 2008; French, 2005; Gray, 2013). Hal ini juga terjadi pada 64,25% wanita di Indonesia yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder, dengan 15% di antaranya mengeluh bahwa aktivitas wanita menjadi terbatas akibat dismenore (Glasier, 2005; Proverawati dan Misaroh, 2009). Prevalensi dismenore pada remaja di Kota

Surakarta sendiri adalah 87,7%, dengan 12,2% di antaranya menggunakan analgetika untuk mengurangi rasa nyeri saat menstruasi (Handayani, 2012).

Banyak faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer, antara lain: onset dini *menarche*; riwayat belum pernah melahirkan; kebiasaan merokok; depresi dan kecemasan; serta status gizi kurang yang dapat dilihat dari Indeks Massa Tubuh (Calis et al., 2008; French, 2005; Chauhan dan Kala, 2012). Menurut Woosley dan Lichstein (2014), wanita yang memiliki riwayat insomnia juga memiliki derajat dismenore lebih berat daripada yang tidak.

Kualitas tidur yang buruk dihubungkan dengan proses terjadinya nyeri (Lautenbacher dan Kundermann, 2007). Tidur yang kurang dengan kualitas yang buruk dapat meningkatkan nyeri secara klinis pada pasien dengan penyakit kronis. Korelasi signifikan antara kualitas tidur dengan intensitas nyeri juga didapatkan pada pasien dengan kanker dan *rheumatoid arthritis* (Delgadoguy et al., 2011; Luyster, 2011). Studi eksperimental yang dilakukan pada relawan yang sehat menunjukkan peningkatan lama waktu tidur dapat mengurangi sensitivitas terhadap nyeri (Smith, 2005; Sauvet et al., 2014; Doghramji, 2012). Hubungan tingkat nyeri luka bakar dengan kualitas tidur di malam sebelumnya juga dibuktikan oleh penelitian Raymond et al. (2004). Namun, penulis belum menemukan penelitian yang mengulas tentang pengaruh maupun hubungan kualitas tidur ini dengan keluhan nyeri pada dismenore primer di Indonesia.

Berdasarkan tingginya kejadian dan mengganggu dismenore bagi wanita, serta belum ada penelitian yang mengulas tentang pengaruh maupun hubungan kualitas tidur dengan nyeri pada dismenore primer seperti pada uraian di atas, penulis tertarik untuk mencari upaya menghindari dismenore primer dengan membahas hubungan antara kualitas tidur dengan keluhan dismenore primer. Mahasiswi kedokteran dijadikan sasaran penelitian ini karena menurut Brick et al. (2010), sebagian besar dari mahasiswa kedokteran memiliki kualitas tidur yang buruk terkait tuntutan akademik yang dialami selama menjalankan studinya.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian dismenore primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian dismenore primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui kualitas tidur Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

- b. Mengetahui kejadian dismenore primer Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
- c. Menganalisis hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian dismenore primer Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan ilmiah kepada dunia kedokteran berupa informasi mengenai hubungan kualitas tidur dengan kejadian dismenore primer.

2. Manfaat Praktis

Memberikan data yang diharapkan mampu memberikan informasi kepada masyarakat mengenai upaya menghindari atau mengurangi gejala dismenore primer.